

私たちの想い



私たちがこのリーフレットを作ったのは、
「SDGs ってわたしたちの身近にあるんです！」
という想いを伝えたいと考えたからです。

私たちが、プロジェクト科目の授業で、SDGs を体験してみて
感じたのは、

「身近にできることがたくさんある！」

「簡単に実践できるものもあるね！」

「これなら続けられるかも！」 など

そんなたくさんの小さな気づきでした。そして、

「自分たちが実践して気づいたことを発信したい」

「みなさんにも SDGs を身近に感じてもらいたい」

という想いが生まれました。この想いを一人でも多くの方に
共有していただけたら、本当にうれしく思います。

私たちのチャレンジ内容

マイバッグを使う

手作りです！

おなじみのアクションです
が、マイバッグを選ぶ時に素材
を考えるとよりいいかも！
自然に還る素材もあります。
カーテンなどの廃棄布を再利用
して手作りも◎。



おいしく食べられる期限を記入する

「これいつのだったけ？」の
廃棄を防ぐ方法。マスキング
テープだと可愛いさ UP！
小袋を誰かとシェアするど
きにもおすすめです。



「興味がある」「取り組んでみようかな」 と思ったそこのあなたへ！！

私たちが公開している実践+みなさんの実践を共有して、
みんなで作る SDGs の輪を広げませんか？一緒に「身近で行
える SDGs 活動」を発信しましょう！以下のハッシュタグに、
みなさんの活動を発信してください!!!

#あなたとつくる SDGs #みんなで作る SDGs

◎Instagram アカウント tokiwa_project__



○メンバー紹介 (名前(所属学科):好きなこと・ものなど)

- ・カイセイ (心理): 肉、サッカー
- ・シズカ (心理): アニメ、カフェ巡り、旅行
- ・タクヤ (現代社会): パソコン
- ・ナツキ (教育): お寿司、「ケチになろう！」
- ・ミク (心理): 食べること、カフェ巡り、弾き語り
- ・ユカ (現代社会): 舞台・映画鑑賞、ハンドメイド



○プロジェクト科目 担当教員

- ・小関一也: 花と緑が大好き。大学でバラを育てています。
- ・且まゆみ: 「何でも2度は使うこと」と Work & Life Balance !
- ・Kevin McManus: I love the ocean! Let's keep it clean together.

制作・編集・デザイン

常磐大学プロジェクト科目 C 「身近な日常から始める SDGs」

発行日 2021年1月20日

企画: 常磐大学プロジェクト C

あなたとつくる SDGs

常磐大学
トキワ de SDGs



常磐大学は、2019年から国連が提唱する
世界的な取組み「国連アカデミック・インパクト」
(United Nations Academic Impact)に正式参加しています。



SDGs (Sustainable Development Goals) は、「持続可能な開発目標」
を意味し、2015年の国連総会において採択された世界共通の目標です。
「誰一人取り残さない (No one left behind)」を理念として、2030年
までに17の目標と169のターゲットの達成を目指しています。

SDGs 広報活動

友人、知人と SDGs のフードロスについてお話しをして、問題解決方法を一緒に考えます。まずは現実を知ることから！

フードロス（食品ロス）について

日本では、廃棄された食べ物のうち、約 20%はまだ食べられるものです。世界で飢餓に苦しむ人への食料援助量の約2倍もあります。

情報源：一般社団法人産業環境管理協会 / 資源・リサイクル促進センター



買い物時に意識する



フェアトレード商品を選んだり、ペットボトルなどのプラスチック製品をなるべく避けたり。買い物って結構 SDGs に関わることがあるんです。

企業を応援する

SDGs に取り組んでいる企業の商品を買うことも立派な取り組みです。容器を繰り返し使えるものやプラスチック製でないものに変更したり、梱包をシンプルにしているお店や企業が増えていきます！

紙製のトレイを使っていました！



プラスチックごみについて

海洋汚染の原因の一つがプラスチックごみ。2050 年には海のプラスチックごみの総量が、海に住む魚を上回るといわれています。私たちは1週間に 5g (クレジットカード1枚分！)もプラスチックを摂取しているんだとか(悲鳴)。

情報源：WWF (世界自然保護基金) 国際連合広報センター

お家でできる 節水・節電コーナー！



① お風呂

身体を洗っている時に、シャワーを止めることはもちろん、**追い焚きを減らす**ようにしてみてください。熱を逃さない**アルミ保温シート**もおすすめです！お湯に浮かせるだけで、**約5時間は保温**できます。



アルミ保温シートは**500円**で購入できちゃいます！お近くのホームセンターや通販をのぞいてみてください。

② キッチン

洗い物の時に、「**つけ洗いですすぎはしっかり**」を実践してみてください！

- Step 1** 洗い桶に水をためて食器をつけておけば、いざ洗う段階で楽に汚れが落ちます。
- Step 2** つけおきした食器を洗剤で洗い、一度きれいな水をためた洗い桶に戻します。
- Step 3** その上からすすぎの水を出して、ためすすぎをしていけば、すすぎの水も少量なので節水になります。



洗剤の出しすぎにもご注意を！

お家でできる節水・節電の方法をご紹介しました。今日からでも実践できそうですね。



みなさんもやってみませんか？



失敗談コーナー!!!

取り組んでいて上手くいかない時も、もちろんあります！

フェアトレード商品が見つからない…



フェアトレード商品を買おうと近くのコンビニやスーパーを探してみたが、見つからず購入ができなかった… どうして取り扱っていないのだろう？

はっ、入らない… (泣)

スーパーで**エコバッグ**を使おうと取り出したら、コンビニサイズで(小さすぎて)買った物が入りきらなかった…



現実には甘くはなかった！



お風呂の残り湯を植物にあげようとしたけど、水が重くて庭とお風呂場を往復する作業が大変で諦めました (汗)

今回載せきれなかった取り組み例や失敗談は **Instagram** で紹介中。詳しくは裏面をチェック！